

ねん きゅうしょく
2025年10月 給食だより

10月は季節の変わりめで寒暖差があり、体調を崩しやすくなります。こまめに手洗い・うがいをすることと、3食きちんとバランスよく栄養をとりましょう。

秋は「スポーツの秋」「読書の秋」といわれるように何をするにも良い時期です。なんといっても「食欲の秋」「実りの秋」！この時期はおいしい食べものがたくさん出回ります。今が旬のおいしい秋の味覚を食べ、元気に過ごしましょう。

きゅうしょくもくひょう
給食目標
じばさんぶつ ちさん ちしょう
地場産物・地産地消
について知ろう！

10月は実りの秋

地場産物 地元でとれた食べ物のこと。

厚沢部町では、お米やじゃがいも、かぼちゃ、ブロッコリー、アスパラガス、とうもろこしなど、たくさんの食材が育てられています。これらの食材は、農家さんが心をこめて作ってくださった、町の自慢の味です。



旬の厚沢部町食材



地産地消 地場産物を地元で食べること

- ・住んでいる近くで採れるので、新鮮でおいしい！
- ・地域の農家さんを応援できる！
- ・遠くまで運ばなくてよいので、輸送のエネルギーを減らすことができ、環境にもやさしい！

★厚沢部町でとれたじゃがいもやかぼちゃを、みなさんが給食で食べることも、《地産地消》です。

学校給食とのつながり

学校給食では、地元の農家さんご協力のもと、厚沢部町でとれた多くの地場産物を取り入れ、地産地消の取り組みを進めることができます。

また、毎日の給食にどんな地場産物が使われているかは、給食サイトで紹介しています。給食に関心をお持ちの方は、ぜひご覧ください。



厚沢部町
給食サイト
まいにちこうしんちゅう
毎日更新中！



地元の農家さんとのつながり

農家さんは、毎日一生懸命作物を育ててくださっています。

今月は「庄山農園」の紹介です。夏にはアスパラガス、ブロッコリー、秋はじゃがいも・かぼちゃ・さつまいもを提供してくださっています。いつもおいしい野菜をありがとうございます！10月の給食にも庄山さんのじゃがいも、かぼちゃが登場します。たのしみですね。「ありがとう」の気持ちをもって食べましょう。

旬の野菜は、
栄養満点！
おいしく食べて
ください！



しょうやまのうえん
庄山農園さん
しょうかい どうが
紹介動画